

TRASTORNO / LÍMITE DE LA PERSONALIDAD

Por: Psic. David Hernández

TAMBIÉN CONOCIDO COMO

Borderline

El DSM-V lo describe como:

“Un patrón dominante de **inestabilidad de las relaciones interpersonales**, de la **autoimagen** y de **los afectos e impulsividad intensa**, que comienza en las primeras etapas de la edad adulta y está presente en diversos contextos”

EL TRASTORNO

límite de la personalidad?

Afecciones

Es una enfermedad mental que afecta gravemente la capacidad de una persona para **controlar sus emociones**. Esta pérdida de control emocional puede aumentar la impulsividad, en sus relaciones con los demás. **Hay tratamientos disponibles para controlar** de manera eficaz los síntomas del trastorno límite de la personalidad.

El Trastorno Límite de la Personalidad (TLP) es un problema mental grave y crónico que **afecta al 2% de la población general**. Los síntomas son muy variados y generan sufrimiento al que lo padece y a las personas que lo rodean. Por diferentes motivos, mucha gente con TLP abandona el tratamiento o lo sigue de una manera muy intermitente. Esto dificulta mucho el curso de su vida a nivel familiar, social, sentimental y labora.



Miedos

Las personas con trastorno límite de la personalidad tienen un **fuerte miedo al abandono** o a quedarse solas. Aunque desean tener relaciones amorosas y duraderas, el miedo a que las abandonen suele derivar en cambios del estado de ánimo e ira. También deriva en impulsividad y autolesiones que pueden alejar a los demás

Diagnóstico

Para diagnosticar TLP, deben cumplirse al menos cinco de los siguientes criterios:

1

Esfuerzos **desesperados** para evitar el desamparo real o imaginado

2

Patrón de **relaciones intensas** e inestables

3

Cambios rápidos en la **forma de verte** a tí mismo

4

Periodos de **paranoia relacionada con el estrés** y pérdida de contacto con la realidad.

5

Comportamiento **impulsivo** y riesgoso

Otros

SÍNTOMAS

- Comportamiento destructivo como cortarse
- Pensamientos recurrentes de conductas o amenazas suicidas
- Estados de ánimo intensos y muy variables
- Sentimientos crónicos de tener un vacío
- Ira intensa e inapropiada, problemas para controlar la ira
- Sentimientos de disociación
- Miedo intenso de ser abandonado
- Intolerancia a la soledad
- Impulsividad, como con el consumo de sustancias o las relaciones sexuales
- Amenazas o intentos de suicidio frecuentes, sobre todo ante la posibilidad de rechazo o abandono

MEDICAMENTOS

¿Los medicamentos son importantes?

Los medicamentos no son tan importantes para tratar el trastorno límite de la personalidad (TLP) como para otros trastornos mentales, pero **algunos pueden ayudar con los síntomas y tratar afecciones relacionadas**, como la depresión, la impulsividad, la agresión o la ansiedad.

Algunos medicamentos que pueden ayudar incluyen

Antidepresivos

Antipsicóticos

Estabilizadores de estados de ánimo

Antidepresivos ISRS

Tricíclicos

Inhibidores de la MAO

Tratamiento

El tratamiento principal del TLP es la psicoterapia, que puede ayudar a modificar comportamientos socialmente indeseables. Las formas más utilizadas de psicoterapia son la **terapia cognitiva conductual** y la **terapia conductual dialéctica**.

Recomendaciones

Si usted está ayudando a alguien con trastorno límite de la personalidad (TLP), aquí se ofrecen algunas recomendaciones

Cuide de sí mismo: No se aisle, mantenga su salud física y aprenda a controlar el estrés

Empatice: Trate de entender qué hay detrás de las conductas destructivas de la persona, como miedos, angustia, decepción o culpabilidad

Ofrezca apoyo: Sea comprensivo, paciente y alentador. Ayude a la persona a comunicar su malestar de manera más constructiva.

Aprenda sobre la enfermedad: Lea sobre el trastorno de fuentes científicas rigurosas para comprender mejor lo que está pasando la persona.

Únase a un grupo de apoyo: Puede unirse a un grupo de apoyo para familiares de personas con TLP



TRASTORNO LÍMITE DE LA PERSONALIDAD